



TREKKINGITALIA

Associazione Amici del Trekking e della Natura

Sede di Roma - Via La Spezia, 48A cap 00182 - presenza in sede: venerdì ore 19,00-21,00

Telefono per il trek in programma: 334 7673603

www.trekkingitalia.org; mail roma@trekkingitalia.org

Il bramito del cervo nelle Foreste Casentinesi
nel Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi
18 – 20 settembre 2009
Trek week-end – mezzi privati

Un weekend piacevole immersi nelle foreste di conifere e faggio del parco nazionale, che racchiudono la sorgenti dell'Arno. Cammineremo nei ricchi boschi alla scoperta dell'enorme biodiversità racchiusa in questo angolo di Appennino, la "selva oscura" dantesca. Visiteremo l'angolo spirituale del territorio: il Monastero e l'Eremo di Camaldoli. Saliremo sulle vette più alte dell'Appennino tosco-romagnolo, il Monte Falco e il Monte Falterona, da cui godremo di un panorama spettacolare sulle Foreste Casentinesi. Ascolteremo in notturna il verso del bramito del cervo nella stagione degli amori.

1° giorno: partenza da Roma da piazza Santa Croce in Gerusalemme alle ore 8,00 e si arriverà a Pratovecchio. Sistemazione in agriturismo ed escursione nei dintorni e/o visita ai borghi di Pratovecchio e Stia. Pranzo con propri viveri. Rientro in agriturismo e cena.

2° giorno: Colazione. Alle ore 8,30 trasferimento con le auto a Campigna per la partenza del trekking. Un lungo giro ad anello con un discreto dislivello che non risulta essere poi così faticoso come si potrebbe evincere consultando la carta; gli ambienti incontrati sono piuttosto vari e preservano la loro bellezza nonostante la presenza di infrastrutture turistiche e militari. Campigna rappresenta l'autentico cuore delle Foreste Casentinesi. Questa località, è famosa per la presenza di Abetine pure di Abete Bianco (*Abies alba*), unico per la presenza di esemplari imponenti. Ci addenteremo quindi in boschi misti di latifoglie e Faggete naturali. L'itinerario prevede il raggiungimento della vetta più alta del Parco: il Monte Falco. Pranzo con propri viveri. Rientro in agriturismo, cena. Passeggiata in notturna per l'ascolto del bramito del cervo. Media tappa 6,45 ore, dislivello in salita m. 750, dislivello in discesa m. 700, km. 16,5.

3° giorno: Colazione. Alle ore 8,30 trasferimento con le auto a Camaldoli per la partenza del trekking. Itinerario ad anello carico di storia e di suggestioni legate alla bellezza dei due insediamenti camaldolesi, il monastero e l'eremo. Quest'ultimo è un incanto di pietra circondato da splendidi esemplari di Abete bianco (*Abies alba*), ricco di opere d'arte ma soprattutto di spiritualità e di misticismo. Luoghi in cui la dimensione contemplativa, meditativa e fatta di raccoglimento interiore, è strettamente legata alla natura selvaggia circostante. Attraverseremo la foresta di Camaldoli ricca di conifere e faggi, frequentata da uccelli e caprioli. Visita al Monastero e all'Eremo di Camaldoli ed alla Farmacia. Pranzo con propri viveri. Nel tardo pomeriggio rientro a Roma. Media tappa 3,30 ore, dislivello in salita m. 400, dislivello in discesa m. 400, km. 7,5.

Quota: €110,00. La quota comprende: mezza pensione in agriturismo.

La quota non comprende: i pasti al sacco, le bevande ed il viaggio con mezzi privati.

Iscrizioni entro il: 7 settembre 2009. Numero minimo dei partecipanti: 6.

I partecipanti devono essere tesserati Trekking Italia per l'anno in corso (€20,00).

Versamento quota: caparra € 50,00 entro il 7 settembre 2009 tramite versamento presso la sede oppure a mezzo c/c postale n. 74029125 specificando nominativo e trek scelto. Coordinate per bonifici bancari: paese IT, check 97, CIN N, ABI 7601, CAB 03200, c/c 74029125. Per pagamenti tramite c/c postale o bonifico inviare una mail a roma@trekkingitalia.org indicando il giorno del versamento, l'importo, i nomi dei partecipanti ed il nome del trek.

Cosa occorre portare: Tessera sanitaria (E-111), Bastoncini telescopici, Borsa con abbigliamento per il necessario al soggiorno, Cappello parasole, Comodo pantalone lungo, Crema protettiva, Guanti e cappello in lana o pile, Mantella antipioggia, lampada frontale per la notturna, Scarpe per il viaggio.

NOTE: *Escursioni difficoltà facile/medio, medie tappe 3,30 – 6,45 ore, dislivelli tra 350 e 750 metri.*